

**PERAN GURU BIMBINGAN KONSELING ISLAM
UNTUK MENGURANGI KECEMASAN SISWA
DALAM MENGHADAPI UJIAN KOMPETENSI
DI SMK MUHAMMADIYAH KAJEN**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Tugas Akhir dan Melengkapi Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S1)
dalam Bimbingan Penyuluhan Islam



Oleh :

MINKHATUDUROH

NIM. 3520048

**PROGRAM STUDI
BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM FAKULTAS
USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
2024**

**PERAN GURU BIMBINGAN KONSELING ISLAM
UNTUK MENGURANGI KECEMASAN SISWA
DALAM MENGHADAPI UJIAN KOMPETENSI
DI SMK MUHAMMADIYAH KAJEN**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Tugas Akhir dan Melengkapi Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S1)
dalam Bimbingan Penyuluhan Islam



Oleh :

MINKHATUDUROH
NIM. 3520048

**PROGRAM STUDI
BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
2024**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Minkhatuduroh

NIM : 3520048

Program Studi : Bimbingan Penyuluhan Islam

Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi dengan judul **“PERAN GURU BIMBINGAN KONSELING ISLAM UNTUK MENGURANGI KECEMASAN SISWA DALAM MENGHADAPI UJIAN KOMPETENSI DI SMK MUHAMMADIYAH KAJEN”** adalah benar hasil karya penulis berdasarkan hasil penelitian. Semua sumber yang digunakan dalam penelitian ini telah dicantumkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.

Apabila di kemudian hari pernyataan ini terbukti tidak benar, maka penulis bersedia menerima sanksi yang berlaku di Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.

Pekalongan, 3 Mei 2024

Yang Menyatakan,



Minkhatuduroh

NIM. 3540048

NOTA PEMBIMBING

Khaerunnisa Tri Darmaningrum, M.Pd
Perumahan Joyo Tentrem Asri blok B.08 Gejlik Kajen

Lamp : 4 (Empat) eksemplar
Hal : Naskah Skripsi Sdri. Minkhatuduroh

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah
c.q Ketua Prodi Bimbingan Penyuluhan Islam
di-

PEKALONGAN

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah diadakan penelitian dan perbaikan seperlunya, maka bersama ini kami kirimkan naskah skripsi saudara:

Nama : Minkhatuduroh

NIM : 3520048

Judul : **PERAN GURU BIMBINGAN KONSELING ISLAM UNTUK
MENGURANGI KECEMASAN SISWA DALAM
MENGHADAPI UJIAN KOMPETENSI DI SMK
MUHAMMADIYAH KAJEN**

Dengan ini saya mohon agar skripsi saudara/i tersebut dapat segera dimunaqasyahkan.

Demikian nota pembimbing ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya. Atas perhatiannya, saya sampaikan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pekalongan, 3 Mei 2024

Pembimbing,



Khaerunnisa Tri Darmaningrum, M.Pd
NIP. 198806302019032005



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI**

**K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH**

Jl. Pahlawan KM 5 Rowolaku Kajen Kab. Pekalongan Kode Pos 51161
Website: fuad.uingusdur.ac.id | Email : fuad@uingusdur.ac.id

PENGESAHAN

Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri
K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan mengesahkan skripsi saudara/i:

Nama : **MINKHATUDUROH**

NIM : **3520048**

Judul Skripsi : **PERAN GURU BIMBINGAN KONSELING ISLAM
UNTUK MENGURANGI KECEMASAN SISWA
DALAM MENGHADAPI UJIAN KOMPETENSI DI
SMK MUHAMMADIYAH KAJEN**

yang telah diujikan pada Hari Rabu, 05 Juni 2024 dan dinyatakan **LULUS** serta
diterima sebagai salah satu syarat guna memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
dalam Ilmu Bimbingan Penyuluhan Islam.

Dewan Penguji

Penguji I

Nadhifatuz Zulfa, M.Pd
NIP. 19851222015032003

Penguji II

Ryan Marina, M.Pd
NIP. 198909282022032001

Pekalongan, 05 Juni 2024

Disahkan Oleh

Dekan



Prof. Dr. H. Sam'ani, M.Ag
NIP. 197305051999031002

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Pedoman transliterasi yang digunakan dalam penulisan buku ini adalah hasil Putusan Bersama Menteri Agama Republik Indonesia No. 158 tahun 1987 dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia No. 0543b/U/1987. Transliterasi tersebut digunakan untuk menulis kata-kata Arab yang dipandang belum diserap ke dalam bahasa Indonesia sebagaimana terlihat dalam kamus linguistik atau Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI). Secara garis besar pedoman transliterasi itu adalah sebagai berikut:

1. Konsonan

Fonem-fonem konsonan bahasa Arab yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf, dalam transliterasi ini sebagian dilambangkan dengan huruf, sebagian dilambangkan dengan tanda, dan sebagian lagi dilambangkan dengan huruf dan tanda sekaligus.

Dibawah ini daftar huruf Arab dan transliterasi dengan huruf latin:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	Alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	Sa		es (dengan titik diatas)
ج	Jim	J	Je
ح	Ha	H	ha (dengan titik dibawah)
خ	Kha	Kh	Ka dan ha
د	Dal	D	De
ذ	Zal	Z	Zet (dengan titik di atas)
ر	Ra	R	Er
ز	Zai	Z	Set

س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	es dan ye
ص	Sad	S	es (dengan titik di bawah)
ض	Dad	DI	de (dengan titik di bawah)
ط	Ta	Th	Te (dengan titi dibawah)
ظ	Za	Zh	Zet (dengan titik dibawah)
ع	'ain	'	Koma terbalik (di atas)
غ	Gain	G	Ge
ف	Fa	F	Ef
ق	Qaf	Q	Ki
ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	El
م	Mim	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Wau	W	We
ه	Ha	H	Ha
ء	Hamzah		Apostrof
ي	Ya	Y	Ya

2. Vokal

Vokal Tunggal	Vokal Rangkap	Vokal Panjang
أ = a		أ = a
إ = i	أَيَّ = ai	إِيَّ = i
أ = u	أَوْ = u	أُوَّ = u

3. Ta Marbutah

Ta marbutah hidup dilambangkan dengan /t/.

Contoh:

مَرَأَةٌ جَمِيلَةٌ = *mar'atun jamilah*

Ta marbutah mati dilambangkan dengan /h/.

Contoh:

فَاطِمَةٌ = *fatimah*

4. Syaddad (Tasydid, geminasi)

Tanda geminasi dilambangkan dengan huruf yang sama dengan huruf yang diberi tanda syaddad tersebut.

Contoh:

رَبَّنَا = *rabbana*

الْبِرِّ = *al-birr*

5. Kata sandang (artikel)

Kata sandang yang diikuti oleh “huruf syamsiyah” transliterasikan sesuai dengan bunyinya, yaitu bunyi /I/ diganti dengan huruf yang sama dengan huruf yang langsung mengikuti kata sandang itu.

Contoh:

الشَّمْسُ = *asy-syamsu*

الرَّجُلُ = *ar-rajulu*

السَّيِّدَةُ = *as-sayyidah*

Kata sandang diikuti oleh “huruf qamariyah” ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya, yaitu bunyi /I/ diikuti terpisah dari kata yang mengikuti dan dihubungkan dengan tanda sempang

Contoh:

الْقَمَر = *al-qamar*

الْبَدِيع = *al-badi*

الْجَلال = *al-jalal*

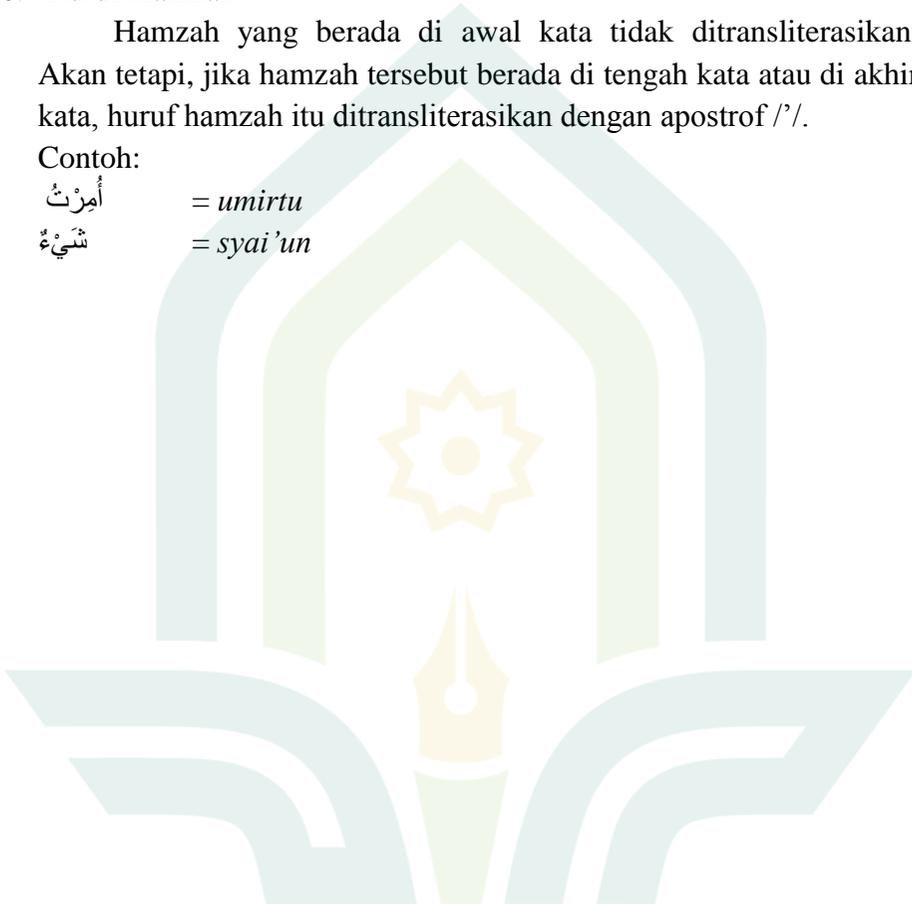
6. Huruf Hamzah

Hamzah yang berada di awal kata tidak ditransliterasikan. Akan tetapi, jika hamzah tersebut berada di tengah kata atau di akhir kata, huruf hamzah itu ditransliterasikan dengan apostrof (/').

Contoh:

أَمِرْتُ = *umirtu*

شَيْءٌ = *syai'un*

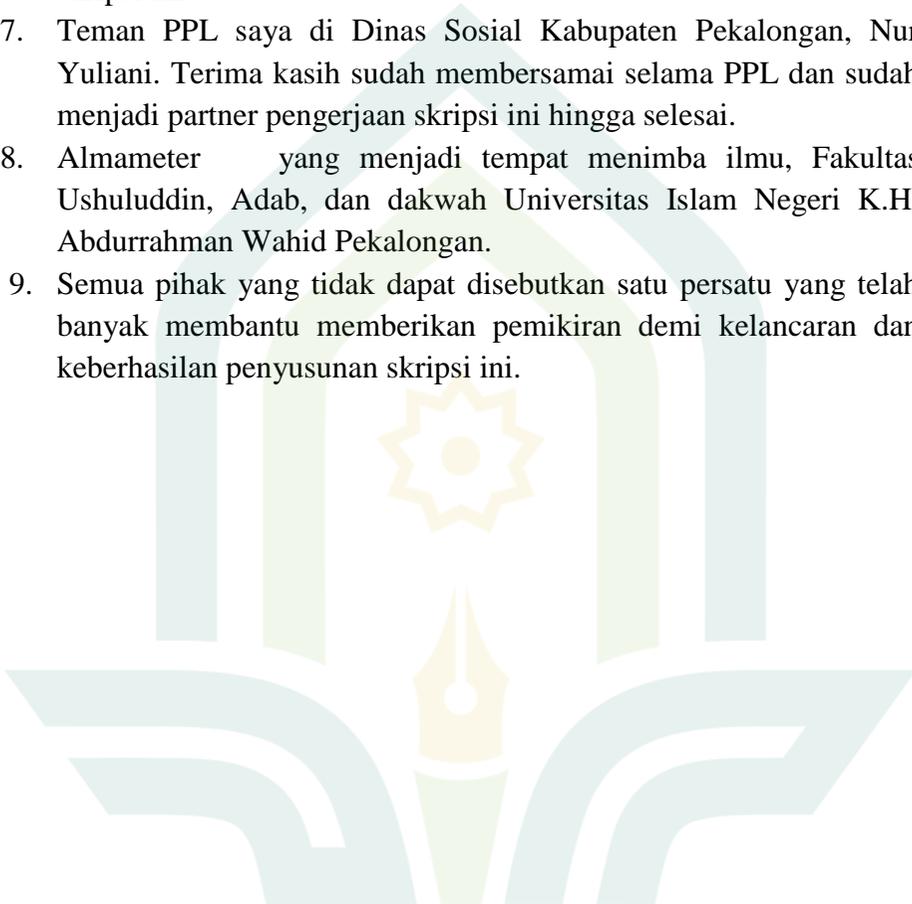


PERSEMBAHAN

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas segala rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Shalawat serta salam bagi Nabi Muhammad SAW, keluarga, sahabat, dan para pengikutnya dengan harapan mendapat syafa'at di hari akhir nanti. Sebagai rasa cinta dan kasih, penulis mempersembahkan skripsi ini kepada:

1. Kedua orang tua saya, Bapak Sobirin dan Ibu Sunaroh tersayang yang selalu mendoakan untuk kebaikan anak-anaknya, selalu memberikankasih sayang, cinta, dukungan, motivasi dan doa tiada batas dalam mengiringi setiap langkah hidup saya. Menjadi suatu kebanggaan memiliki orang tua yang mendukung anaknya untuk anaknya untuk mencapai cita-citanya. Semuanya tidak akan terlupa dan tidak akan mamapu membalas dengan apapun. Semoga Allah membalas kebaikan kalian berdua. Terima kasih atas segala pengorbanan dan cinta yang diberikan.
2. Adikku tersayang, Ahmad Zidni Ramadhani dan Muhammad Kafabi. Terima kasih sudah ikut serta dalam proses penulis menempuh pendidikan selama ini, terima kasih atas semangat, dukungan, dan doa yang selalu diberikan ke penulis. Tumbuhlah menjadi versi paling hebat adikku.
3. Ibu Khaerunnisa Tri Darmaningrum, M.Pd selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan waktu, pikiran, perhatian, dan memberikan semangat serta motivasi guna memberi bimbingan dan pengarahan demi menyelesaikan skripsi ini.
4. Dosen Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah yang tidak bisa saya sebutkan satu per satu, tanpa ilmu yang diberikan saya tidak akan sampai detik ini.
5. Deretan teman-teman terbaik saya selama kuliah di Universitas Islam Negeri K.H Abdurrahman Wahid Pekalongan yaitu Rifda Paolla Saputri, Sri Mulyani dan Ziyya 'Afakillah. Terima kasih sudah kebersamai dari awal semester sampai sekarang, selalu

- ada disaat penulis butuhh bantuan atau kesulitan, memberikan motivasi dan semangat dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Sahabat saya Dea Navita Ariyanti, Amanda Septia Rohmah, Nur Harsanti Sakina, Eka Puji Lestari, dan Tika Rahmawati yang menjadi *support system* dari dulu sampai sekarang yang selalu menjadi tempat curhat dan teman healing dalam menyelesaikan skripsi ini.
 7. Teman PPL saya di Dinas Sosial Kabupaten Pekalongan, Nur Yuliani. Terima kasih sudah kebersamai selama PPL dan sudah menjadi partner pengerjaan skripsi ini hingga selesai.
 8. Almameter yang menjadi tempat menimba ilmu, Fakultas Ushuluddin, Adab, dan dakwah Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.
 9. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah banyak membantu memberikan pemikiran demi kelancaran dan keberhasilan penyusunan skripsi ini.



MOTTO

هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ لِيَزِدُوا إِيمَانًا مَعَ إِيمَانِهِمْ

“Dialah yang telah menurunkan ketenangan ke dalam hati orang-orang mukmin untuk menambah keimanan atas keimanan mereka (yang telah ada)”

-Al Fath: 4-



ABSTRAK

Minkhatuduroh, 2024. Peran Guru Bimbingan Konseling Islam Untuk Mengurangi Kecemasan Siswa Dalam Menghadapi Ujian Kompetensi di SMK Muhammadiyah Kajen. Skripsi Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah. Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam Universitas Islam Negeri K.H Abdurrahman Wahid Pekalongan. Pembimbing: Khaerunnisa Tri Darmaningrum, M.Pd.

Kata Kunci: Peran Guru Bimbingan Konseling Islam, Mengurangi, Kecemasan

Dari beberapa individu ada yang mengalami kecemasan dalam menghadapi ujian kompetensi, kecemasan dialami oleh siswa kelas 12 di SMK Muhammadiyah Kajen. Adanya kecemasan timbul dari beberapa gejala seperti telapak tangan berkeringat, pusing dan sakit perut, jantung berdetak kencang, takut, gugup, gelisah dan khawatir. Apabila siswa merasa cemas maka dapat membuat siswa menjadi tidak fokus dan berdampak pada dirinya sendiri. Oleh karena itu peran guru bimbingan konseling penting untuk memberikan motivasi atau dorongan kepada siswa agar siswa menjadi lebih baik dengan memberikan layanan bimbingan klasikal, kelompok dan konseling individual.

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah 1) bagaimana kondisi kecemasan siswa dalam menghadapi ujian kompetensi di SMK Muhammadiyah Kajen?, 2) bagaimana peran guru bimbingan konseling Islam untuk mengurangi kecemasan siswa dalam menghadapi ujian kompetensi di SMK Muhammadiyah Kajen?. Penelitian ini bertujuan: 1) untuk mengetahui kondisi kecemasan siswa dalam menghadapi ujian kompetensi di SMK Muhammadiyah Kajen, 2) Untuk mengetahui peran guru bimbingan konseling Islam untuk mengurangi kecemasan siswa dalam menghadapi ujian kompetensi di SMK Muhammadiyah Kajen.

Jenis penelitian lapangan dengan pendekatan kualitatif studi kasus. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah observasi, wawancara, dan dokumentasi. Analisis yang digunakan diantaranya: reduksi data, penyajian data, dan penarikan simpulan dan verifikasi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa di SMK Muhammadiyah Kajan kondisi kecemasan siswa dalam menghadapi ujian kompetensi sudah mulai berkurang karena dari beberapa siswa yang mengalami kecemasan sudah mampu mengubah dirinya untuk lebih baik baik siswa sudah mulai tenang ketika menghadapi ujian kompetensi dan guru bimbingan konseling Islam berperan penting untuk mengurangi kecemasan siswa, dalam hal ini guru bimbingan konseling Islam berperan sebagai informator, motivator, director, transmitter, inisiator, organistor, dan fasilitator.



KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah Swt, Tuhan semesta alam yang senantiasa mencurahkan segala nikmat, rahmat, taufik dan hidayah-Nya, sehingga dengan ini penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “**Peran Guru Bimbingan Konseling Islam Untuk Mengurangi Kecemasan Siswa Dalam Menghadapi Ujian Kompetensi Di Smk Muhammadiyah Kajen**”. Sholawat serta salam selalu tercurahkan kepada junjungan Nabi Agung Nabi Muhamad Saw beserta keluarga, kerabat, dan para pengikutnya, semoga kelak mendapatkan syafaat-Nya di hari akhir nanti.

Pada kesempatan ini perkenankan penulis sampaikan rasa terima kasih yang begitu banyak kepada para pihak yang telah ikut andil dalam membantu dan mendukung proses penyusunan skripsi, kepada beliau:

1. Bapak Prof. Dr. H. Zaenal Mustakim, M.Ag, selaku Rektor Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.
2. Bapak Prof. Dr. H. Sam’ani, M.Ag, selaku Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.
3. Bapak Dr. Maskhur M.Ag, selaku Ketua Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.
4. Ibu Nadhifatuz Zulfa, M.Pd, selaku Sekretaris Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.
5. Ibu Khaerunnisa Tri Darmaningrum, M.Pd, selaku dosen pembimbing skripsi yang telah berkenan meluangkan waktunya dan arahan untuk memberikan bimbingan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi.
6. Bapak Najmul Afad, M.A. selaku Dosen Pembimbing Akademik yang senantiasa memberikan bimbingan dan motivasi kepada penulis selama masa studi.

7. Seluruh Dosen Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan yang telah memberikan ilmunya kepada penulis dalam kegiatan belajar dibangku perkuliahan.
8. Seluruh Staff Karyawan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan yang telah membantu penulis selama melakukan studi.
9. Kepada Pihak SMK Muhammadiyah Kajen yang telah memberikan izin dan membantu selama proses penelitian. Khususnya guru Bimbingan Konseling Bu Puji Hartanti, S.Pd. dan Bu Fidati Khasanah, S.Sos
10. Siswa kelas 12 yang telah bersedia dan berpartisipasi dengan baik selama proses penelitian.
11. Kepada semua pihak dan kerabat yang terlibat dan memberikan dukungan dalam penyusunan skripsi ini yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu. Penulis ucapkan banyak terimakasih.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi yang telah diselesaikan ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, untuk segala kritik dan saran yang membangun sangat peneliti harapkan. Semoga dengan adanya skripsi ini dapat bermanfaat baik bagi penulis maupun bagi pembaca pada umumnya serta dapat menjadi bahan referensi yang bermanfaat bagi semua pihak.

Pekalongan, 3 Mei 2024
Penulis,

DAFTAR ISI

COVER	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	ii
NOTA PEMBIMBING	iii
PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN	v
PERSEMBAHAN	ix
MOTTO	xi
ABSTRAK	xii
KATA PENGANTAR	xiv
DAFTAR ISI	xvi
DAFTAR TABEL	xix
DAFTAR BAGAN	xx
DAFTAR LAMPIRAN	xxi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Kegunaan Penelitian	5
E. Tinjauan Pustaka	5
1. Analisi Teori	5
2. Penelitian Yang Relevan.....	8
3. Kerangka Berfikir	12
F. Metode Penelitian	13
G. Sistematika Penulisan	18

BAB II PERAN GURU BIMBINGAN KONSELING ISLAM UNTUK MENGURANGI KECEMASAN SISWA	19
A. Kecemasan	19
1. Pengertian Kecemasan	19
2. Gejala Kecemasan	20
3. Ciri-Ciri Kecemasan	21
4. Jenis-Jenis Kecemasan	22
B. Peran Guru Bimbingan Konseling Islam	23
1. Pengertian Guru Bimbingan Konseling Islam	23
2. Peran Guru Bimbingan Konseling Islam	24
3. Tujuan Bimbingan Konseling Islam	27
4. Fungsi Bimbingan dan Konseling Islam	27
5. Layanan Bimbingan Konseling Islam	30
BAB III PERAN GURU BIMBINGAN KONSELING ISLAM UNTUK MENGURANGI KECEMASAN SISWA DALAM MENGHADAPI UJIAN KOMPETENSI DI SMK MUHAMMADIYAH KAJEN	32
A. Gambaran Umum SMK Muhammadiyah KAJEN	32
B. Kondisi Kecemasan Siswa dalam Menghadapi Ujian Komepetensi di SMK Muhammadiyah KAJEN	44
C. Peran Guru Bimbingan Konseling Islam Untuk Mengurangi Kecemasan Siswa dalam Menghadapi Ujian Kompetensi di SMK Muhammadiyah KAJEN	50
BAB IV PERAN GURU BIMBINGAN KONSELING ISLAM UNTUK MENGURANGI KECEMASAN SISWA DALAM MENGHADAPI UJIAN KOMPETENSI DI SMK MUHAMMADIYAH KAJEN	55
A. Analisis Kondisi Kecemasan Siswa Dalam Menghadapi Ujian Kompetensi di SMK Muhammadiyah KAJEN	55

B. Analisis Peran Guru Bimbingan Konseling Islam Untuk Mengurangi Kecemasan Siswa Dalam Menghadapi Ujian Kompetensi di SMK Muhammadiyah Kajen	57
BAB V PENUTUP	62
A. Kesimpulan.....	62
B. Saran	63
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN-LAMPIRAN	
DAFTAR RIWAYAT HIDU	



DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Penelitian Relevan	8
Tabel 3.1 Struktur Organisasi SMK Muhammadiyah Kaje	37
Tabel 3.2 Sarana dan Prasarana SMK Muhammadiyah Kaje	38
Tabel 3.3 Data Guru SMK Muhammadiyah Kaje	39
Tabel 3.4 Data Siswa SMK Muhammadiyah Kaje.....	43



DAFTAR BAGAN

Bagan 1.1 Kerangka Berfikir.....	13
----------------------------------	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Pedoman Wawancara

Lampiran 2. Transkrip Wawancara

Lampiran 3. Hasil Wawancara

Lampiran 4. Dokumentasi Foto

- a. Gambar 1. Wawancara dengan Bu Puji Hartanti, S.Pd
- b. Gambar 2. Wawancara dengan Bu Fidati Khasanah, S.Sos
- c. Gambar 3. Wawancara dengan H
- d. Gambar 4. Wawancara dengan N
- e. Gambar 5. Wawancara dengan D
- f. Gambar 6. Wawancara dengan F
- g. Gambar 7. Wawancara dengan S

Lampiran 5. Surat Telah Melaksanakan Turnitin

Lampiran 6. Surat Hasil Turnitin

Lampiran 7. Surat Pemeriksaan Skripsi

Lampiran 8. Daftar Riwayat Hidup

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Setiap kegiatan pembelajaran, siswa mempunyai tingkat kecemasan yang berbeda-beda. Tingkat kecemasan siswa tergantung pada cara mereka beradaptasi, sehingga siswa memiliki perbedaan tingkatan kecemasan; ringan, sedang dan berat. Siswa tidak mungkin terlepas dari kecemasan dalam berbagai aspek kehidupan mereka, terutama ketika mereka mengikuti ujian kompetensi, dimana mereka mungkin mengalami kecemasan emosional dan fisiologis.¹ Para siswa mengalami banyak tekanan internal dan eksternal saat menghadapi ujian kompetensi. Tekanan eksternal diperoleh dari orang tua, sekolah dan lingkungan mereka yang mengharuskan mereka lulus. Tekanan internal berasal dari diri mereka sendiri yang berasal dari kegagalan saat menghadapi ujian kompetensi, seperti tidak mampu menyelesaikan ujian kompetensi. Siswa yang diliputi dengan perasaan cemas biasanya mudah merasa bosan dengan situasi yang terjadi dan lebih sensitif. Namun, jika ditelusuri perilaku tersebut sebenarnya upaya siswa untuk menghindari situasi yang dapat menimbulkan kecemasan.

Kecemasan ialah perasaan yang dialami individu terkait ketegangan mental yang merisaukan sebagai reaksi umum dari sikap tidak mampu menyelesaikan permasalahan. Perihal tersebut terjadi bersamaan dengan perubahan, kemajuan dan pengalaman baru. Adapun kecemasan terjadi sebagai reaksi terhadap situasi yang mengancam. Semua orang mungkin akan mengalami kecemasan. Akan tetapi, cemas yang berlebihan bahkan sampai

¹ Pandu Aseta Aseta et al., "Tingkat Kecemasan Peserta Didik Smk Keperawatan Menghadapi Ujian Sertifikasi Kompetensi," *Intan Husada: Jurnal Ilmiah Keperawatan* 11, no. 02 (2023): 173–81.

mengganggu akan berakibat terhambatnya fungsi seseorang di kehidupannya.²

Siswa akan merasakan berbagai hal saat berhadapan dengan ujian misalnya, siswa merasa tidak nyaman, takut, ataupun tegang. Beberapa siswa melihat ujian sebagai masalah besar dalam hidup mereka, karena mereka takut akan mendapatkan nilai yang buruk atau karena tidak yakin dengan apa yang sudah mereka persiapkan.³ Dampak positif dari ujian yakni siswa akan termotivasi untuk belajar, mendorong siswa saling berkompetisi dengan siswa lain supaya memperoleh nilai yang lebih baik. Sedangkan dampak negatifnya yaitu siswa menganggap bahwasanya ujian merupakan beban bagi mereka yang menimbulkan kecemasan, sehingga siswa cenderung melakukan kecurangan. Siswa akan merasa takut dan cemas. Siswa yang tidak siap mental akan mengalami kesehatan fisik dan mental.⁴

Guru bimbingan konseling Islam berperan besar untuk mendorong, memotivasi, serta memberi alternatif penyelesaian untuk permasalahan yang sedang dialami oleh siswa. Guru bimbingan konseling Islam juga harus mengutamakan aspek keagamaan sebagai bagian penting dari proses pelayanan bimbingan konseling terhadap siswa. Dengan tujuan supaya menjalian hubungan antara manusia dengan Allah.⁵ Peran bimbingan konseling Islam termasuk pelaku utama dalam pencapaian program pendidikan serta mempunyai peran penting untuk mempermudah siswa meningkatkan potensinya serta membantunya mencegah serta menyelesaikan permasalahan yang

² Feri Catur Yuliani, "Tingkat Kecemasan Siswa Kelas XII Dalam Menghadapi Ujian Nasional Di Smkn 3 Kota Magelang," no. July (2020): 1–23.

³ Rudiansyah, "Upaya Guru Dalam Mengatasi Kecemasan Siswa Dalam Menghadapi Tes (Pencapaian Hasil Belajar) Siswa Di SMP Negeri 3 Banda Aceh," *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Kewarganegaraan Unsyiah* 1, no. 4 (2016): 96–109.

⁴ Nina Mardiana, "Peranan Guru Bimbingan Dan Konseling Dalam Upaya Mengurangi Tingkat Kecemasan Siswa Menghadapi Ujian Nasional," *Sosio E-Kons* 9, no. 2 (2017): 139.

⁵ Khairuddin, *Peranan Bimbingan Dan Konseling Islam Dalam Lingkup Pendidikan*, *Jurnal Pendidikan Tambusai*, vol. 6, 2022.

dialami oleh siswa. Dalam masalah kecemasan siswa menghadapi ujian tentu saja merupakan tugas besar untuk pihak sekolah, terutama guru bimbingan konseling, karena harus memberi layanan bimbingan konseling sekolah yang bermutu tinggi tentunya sangat penting bukan hanya untuk memperbaiki prestasi akademik siswa akan tetapi bimbingan konseling Islam dapat mengurangi kecemasan bagi siswa di kelas 12 saat berhadapan dengan ujian kompetensi.

Fenomena kecemasan siswa saat berhadapan dengan ujian kompetensi dapat ditemukan pada SMK Muhammadiyah Kajen, berdasarkan wawancara dengan siswa kelas XII SMK Muhammadiyah Kajen, mengatakan bahwasanya keluhan mengenai siswa yang mengalami kecemasan yakni seperti telapak tangan berkeringat, pusing dan sakit perut, jantung berdetak kencang, takut, gugup, gelisah dan khawatir. Siswa juga merasa terganggu karena mencemaskan ujian kompetensi.⁶ Sehubungan dengan fenomena tersebut, dari pihak sekolah sudah mengantisipasi sejak awal. Khususnya guru bimbingan konseling Islam terus menerus memotivasi siswa spaya belajar semaksimal mungkin agar siswa tidak merasa cemas. Guru bimbingan konseling juga memberi layanan berupa konseling kelompok, bimbingan klasikal dan konseling individu bagi siswa yang merasa cemas berlebihan.⁷

Seharusnya siswa ketika menghadapi masalah ujian, dengan potensi yang dimiliki siswa mampu menghadapi ujian dengan tenang dan tetap berusaha mempersiapkan sebaik-baiknya untuk menghadapi ujian sehingga tidak mengalami kecemasan. Pada dasarnya kecemasan yang dirasakan sebenarnya adalah ketakutan yang diciptakan sendiri karena pada dasarnya belum tentu terjadi. Hampir dalam segala hal, orang yang mengalami kecemasan selalu khawatir dan takut. Pada perihal tersebut diperlukan peran

⁶ S, Siswa SMK Muhammadiyah Kajen, Wawancara Pribadi, Pekalongan, 12 Desember 2023

⁷ Bu Puji, Guru BK, Wawancara Pribadi, Pekalongan, 18 Oktober 2023

bimbingan konseling Islam dalam mengurangi permasalahan tersebut.⁸

Di sinilah bimbingan dan konseling Islam berperan besar dalam membantu menyukseskan program unggulan yang dimiliki sekolah. Berikut beberapa peran guru untuk mencegah kecemasan siswa menghadapi ujian kompetensi pada siswa antara lain sebagai perencana program bimbingan dan konseling, sebagai informator, motivator, director, transmitter, inisiator, organistor, dan fasilitator. Peran seorang bimbingan konseling Islam memberikan layanan bimbingan konseling kepada siswa agar terhindar dari masalah, konsekuensinya harus giat belajar memahami dan mengimplementasikan ajaran Islam pada saat bersamaan.

Dari permasalahan di atas maka, peran guru bimbingan konseling Islam untuk mengurangi kecemasan siswa dalam menghadapi ujian kompetensi dibutuhkan di dalam sekolah. Diharapkan seorang guru bimbingan dan konseling Islam mampu mencapai tujuannya untuk mengurangi kecemasan siswa dalam menghadapi ujian kompetensi. Untuk itu, peneliti memiliki ketertarikan melaksanakan penelitian berjudul PERAN GURU BIMBINGAN KONSELING ISLAM UNTUK MENGURANGI KECEMASAN SISWA DALAM MENGHADAPI UJIAN KOMPETENSI DI SMK MUHAMMADIYAH KAJEN.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana kondisi kecemasan siswa dalam menghadapi ujian kompetensi di SMK Muhammadiyah Kajen?
2. Bagaimana peran guru bimbingan konseling Islam untuk mengurangi kecemasan siswa dalam menghadapi ujian kompetensi di SMK Muhammadiyah Kajen?

⁸ Anak Agung Putu Chintya Putri Suardana and Nicholas Simarmata, "Hubungan Antara Motivasi Belajar Dan Kecemasan Pada Siswa Kelas Vi Sekolah Dasar Di Denpasar Menjelang Ujian Nasional," *Jurnal Psikologi Udayana* 1, no. 1 (2013).

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui kondisi kecemasan siswa dalam menghadapi ujian kompetensi di SMK Muhammadiyah Kajen
2. Untuk mengetahui peran guru bimbingan konseling islam untuk mengurangi kecemasan siswa dalam menghadapi ujian kompetensi di SMK Muhammadiyah Kajen

D. Kegunaan Penelitian

1. Analisis Teoritis

Penelitian ini dimaksudkan dapat meningkatkan pengetahuan mengenai bimbingan penyuluhan Islam untuk meminimalisir kecemasan siswa dalam menghadapi ujian kompetensi di SMK Muhammadiyah Kejan. Selain itu, bisa juga menjadi referensi untuk peneliti selanjutnya.

2. Secara Praktis

- a. Bagi guru bimbingan konseling Islam dapat dijadikan bahan masukan saat memberi layanan bimbingan konseling Islam supaya meminimalisir kecemasan siswa saat berhadapan dengan ujian kompetensi.
- b. Bagi siswa, siswa bisa mengikuti kegiatan layanan bimbingan konseling dengan aktif.
- c. Dalam penelitian ini dimaksudkan dapat dijadikan referensi sebagai acuan peran bimbingan konseling Islam
- d. Diharapkan menjadi bahan evaluasi untuk pihak SMK Muhammadiyah Kajen dalam meminimalisir rasa cemas siswa saat berhadapan dengan ujian kompetensi.

E. Tinjauan Pustaka

1. Analisi Teori

a. Kecemasan

Menurut Gerald kecemasan adalah suatu keadaan yang menegangkan yang mendorong seseorang untuk bertindak sesuatu. Yang fungsinya memperingatkan tentang adanya ancaman bahaya, yang merupakan sinyal

untuk ego yang mengalami peningkatan jika tidak mampu mengontrol rasa cemas dengan cara yang masuk akal dan langsung. Jika tidak dapat mengendalikannya dengan cara yang masuk akal, maka ego akan mempergunakan tindakan tidak masuk akal untuk melindungi egonya. Yang berarti kecemasan ialah situasi yang tidak menyenangkan dan diawali dengan rasa khawatir serta ketakutan terhadap bahaya yang belum tentu terjadi.⁹

Ketika seseorang merasa terancam oleh sesuatu yang tidak jelas maka disebut dengan kecemasan. Kecemasan yang wajar dapat dianggap positif dan menjadi suatu motivasi, tetapi jika sebaliknya kecemasan yang terjadi sangat kuat dan bersifat negative, maka dapat menyebabkan masalah seperti gangguan pada kesehatan fisik dan mental seseorang. Sehingga cemas adalah reaksi terhadap situasi baru dan berbeda. Perasaan cemas dan takut adalah normal, tetapi jika cemas meningkat dan sering terjadi, itu adalah situasi yang berbeda.¹⁰

Adapun indikator dari kecemasan yaitu ada bersifat psikis dan fisik. Gangguan kecemasan bersifat psikis misalnya sulit tidur, kurang fokus, mudah merasa takut, khawatir dan kebingungan, merasa kurang percaya diri serta tidak bahagia. Kemudian yang termasuk indikator gangguan kecemasan bersifat fisik adalah gangguan sistem saraf, berdebar-debar, sesak nafas, berkeringat, telapak tangan dan kaki dingin, kelelahan fisik, sakit kepala, mulut kering dan pencernaan tidak sempurna.¹¹

b. Peran Guru Bimbingan Konseling Islam

⁹ Gerald Corey, *Teori Dan Praktik Konseling & Psikoterapi* (Bandung: Refika Aditama, 2013). Hlm. 54

¹⁰ Indah Permatasari Diana Syahirah, *Terapi Bermain Origami Untuk Mengatasi Kecemasan Akibat Hospitalisasi Pada Anak Prasekolah* (Semarang: CV Mitra Cendekia Media, 2023). Hlm. 34

¹¹ Mukholil, "KECEMASAN DALAM PROSES BELAJAR Mukholil *)," *Kecemasan Dalam Proses Belajar* 8 (2018): 1–8.

Peran diartikan sebagai seseorang yang mempunyai berkedudukan dalam masyarakat yang dilaksanakan pada suatu peristiwa.¹² Menurut Soerjono Soekanto mengatakan bahwasanya peran adalah aspek dinamis dari kedudukan. Seseorang mengemukakan bahwasanya peran merupakan aspek dinamis dari kedudukan.¹³ Abdulsyani juga mengatakan bahwa peran merupakan kumpulan harapan yang direncanakan seseorang yang memiliki status tertentu dalam masyarakat. Menurutnya peran didefinisikan sebagai bagaimana seseorang berperilaku yang sesuai dengan statusnya di dalam masyarakat.¹⁴

Menurut Tohari dalam bukunya mengemukakan bahwasanya Bimbingan Konseling Islami ialah proses yang membantu seseorang untuk memahami bahwasanya eksistensinya sebagai makhluk Allah dan seharusnya hidup sesuai aturan serta petunjuk Allah agar bisa meraih kebahagiaan baik di dunia maupaun di akhirat.¹⁵ Yahya Jaya mengatakan dalam buku “Bimbingan Konseling Islami” bimbingan konseling Islam ialah layanan yang diberikan untuk seseorang yang sedang berhadapan dengan berbagai permasalahan hidup serta berkeinginan mengembangkan kemampuannya secara optimal, baik itu perseorangan ataupun kelompok dengan bimbingan mengenai akidah, ibadah, akhlak.¹⁶ Yang artinya bimbingan konseling Islam yaitu usaha pemberian bantuan kepada individu ataupun kelompok yang berupa

¹² Syamsir Torang, *Organisasi & Manajemen (Perilaku, Struktur, Budaya & Perubahan Organisasi)* (Bandung: Alfabeta, 2014). Hlm. 86

¹³ Soerjono & Budi Sulistyowati Soekanto, *Sosiologi Suatu Pengantar* (Jakarta: PT Grafindo Persada, 2014). Hlm. 210

¹⁴ Abdulsyani, *Sosiologi Skematika, Teori, Dan Terapan* (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2015). Hlm. 94

¹⁵ Sahrul Tanjung, *Bimbingan Konseling Islami Di Pesantren* (Medan: Umsu Press, 2021). Hlm. 38

¹⁶ Tarmizi, *Bimbingan Konseling Islami* (Medan: Perdana Publishing, 2018). Hlm. 66

nasehat, pengarahan yang sedang mengalami kesulitan dalam hidupnya agar mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat.

Menurut Sudirman, terdapat beberapa peran guru dalam kegiatan bimbingan konseling diantaranya:

- a) Infomator, guru melaksanakan bimbingan konseling serta menjadi sumber dari suatu kegiatan akademik maupun non akademik.
- b) Motivator, peran guru bimbingan konseling mendorong serta memotivasi siswa supaya semakin aktif dan kreatif.
- c) Director, guru bimbingan konseling memberi bimbingan serta arahan sesuai tujuan yang diinginkan siswa.
- d) Transmitter, guru bertindak menyebarkan serta memberi perhatian untuk siswa selama berlangsungnya proses bimbingan.
- e) Inisiator, yakni guru memiliki gagasan yang kreatif untuk menginspirasi siswa.
- f) Organisator, guru bimbingan konseling merancang sebuah kegiatan.
- g) Fasilitator, guru memfasilitasi siswa untuk mempermudah siswa berkonsultasi.¹⁷

2. Penelitian Yang Relevan

Tabel 1.1 Penelitian Relevan

No	Nama Penelitian dan Tahun	Judul	Persamaan	Perbedaan
1.	Annisa Rambe dan Ahmad Syarqawi	Efektivitas Layanan Konseling Individu Dengan	Persamaan mengenai mengurangi kecemasan	Perbedaanya pada efektivitas layanan

¹⁷ Sadirman, *Interaksi Dan Motivasi Mengajar* (Jakarta: Grafindo Persada, 2011). Hlm. 142

	tahun 2023	Pendekatan Cognitive Behavioral Therapy Untuk Mengurangi Kecemasan Berkomunikasi Siswa SMA Negeri 4 Tebing Tinggi		konseling individu dengan pendekatan <i>cognitive behavioral therapy</i>
2.	Mahmmudah Dewi Ednawati dkk, tahun 2023	Penerapan Konseling Kelompok Dengan Menggunakan Pendekatan REBT Untuk Mengatasi Kecemasan Siswa Menghadapi Ujian	Persamaan mengenai Kecemasan siswa menghadapi Ujian	Perbedaan pada konseling kelompok dengan pendekatan REBT
3.	Erni Puji Rahayu tahun 2023	Layanan Konseling Kelompok Dalam Mengurangi Kecemasan Siswa Menghadapi ujian Tengah Semester di MTS Roudhatul Huda Dwi Karya Mustika Kabupaten Mesuji	Persamaan dengan peneliti yaitu mengurangi kecemasan siswa menghadapi ujian	Perbedaan pada layanan konseling kelompok
4.	Muhamad Okta Hardiyanto, tahun 2020	Peran Guru Bimbingan Konseling Islam Dalam Menanggulangi Perilaku Menyimpang Pada Siswa di SMK Negeri 1 Kutasari	Persamaan dengan peneliti peran guru bimbingan konseling Islam	Perbedaanya dalam menanggulangi perilaku menyimpang
5.	Afida	Peran Guru	Persamaan	Perbedaanya

	Nurhidayati, tahun 2023	Bimbingan Konseling Islam Dalam Menaggualangi Kenakalan Siswa di SMA Muhammadiyah 1 Purwokerto	dalam peneliti yaitu peran guru bimbingan konseling Islam	dalam menanggulangi kenakalan siswa
--	----------------------------	---	---	--

Terdapat beberapa penelitian yang dilaksanakan oleh beberapa peneliti yang pertama yang dilakukan oleh Annisa Rambe dan Ahmad Syarqawi tahun 2023. Penelitian tersebut berjenis penelitian kuantitatif dengan desain kuasi eksperimental. Perolehan penelitian memperlihatkan bahwasannya layanan konseling individu dengan pendekatan *cognivite behavioural theraphy* dapat menurunkan kecemasan berkomunikasi pada siswa.¹⁸ Persamaan penelitian tersebut dengan peneliti ini ialah terkait mengurangi kecemasan. Sementara perbedaannya yaitu penelitian sebelumnya focus pada efektifitas layanan konseling individu dengan pendekatan *cognivite behavioural theraphy*, sedangkan penulis memfokuskan pada peran guru bimbingan konseling Islam.

Penelitian dari Mahmmudah Dewi Ednawati dkk, tahun 2023. Penelitian ini berjenis penelitian studi kepustakaan. Perolehan penelitian ini menggemukakan bahwasannya menurut perolehan penelitian bisa disimpulkan bahwa melalui konseling kelompok dengan metode REBT dapat dijadikan salah satu cara yang dapat digunakan oleh guru bimbingan dan konseling disekolah untuk mengatasi permasalahan siswa yang mengalami kecemasan menghadapi ujian. Menggunakan empat tahapan yaitu tahap awal, tahap perlihan, kegiatan dan

¹⁸ Annisa Rambe dan Ahmad Syarqawi, "Efektivitas Layanan Konseling Individu Dengan Pendekatan Cognitive Behavioral Therapy Untuk Mengurangi Kecemasan Berkomunikasi Siswa Sma Negeri 4 Tebing Tinggi," *Biblio Couns: Jurnal Kajian Konseling Dan Pendidikan* 6, no. 2 (2023): 90–101.

tahap akhir.¹⁹ Persamaan penelitian tersebut dengan peneliti ini adalah mengenai kecemasan dalam menghadapi ujian. Sedangkan perbedaannya yakni penelitian sebelumnya memfokuskan pada penerapan konseling kelompok dengan pendekatan REBT, sedangkan penulis memfokuskan pada peran guru bimbingan konseling Islam.

Penelitian yang dilakukan oleh Erni Puji rahayu 2023. Penelitian tersebut berjenis deskriptif kualitatif dengan penelitian lapangan. Mempergunakan teknik wawancara, observasi, dan dokumentasi. Perolehan penelitian menunjukkan bahwa melalui layanan konseling kelompok dapat meminimalisir kecemasan siswa.²⁰ Persamaan dengan penulis yaitu untuk mengurangi kecemasan siswa dalam menghadapi ujian. Sedangkan perbedaannya yakni pada layanan konseling kelompok, sedangkan penulis memfokuskan pada peran guru bimbingan konseling Islam.

Penelitian yang dilakukan oleh Muhamad Okta Hardiyanto tahun 2020, penelitian ini berjenis penelitian deskriptif kualitatif. Menggunakan teknik wawancara observasi dan dokumentasi. Perolehan penelitian memperlihatkan bahwasanya peran guru bimbingan konseling Islam berperan besar untuk menanggulangi perilaku menyimpang dengan memberikan peringatan yang berupa kredit point yang merupakan bentuk sanksi bagi siswa yang melanggar tata tertib.²¹ Persamaan penelitian dengan penulis lakukan adalah mengenai peran guru bimbingan konseling

¹⁹ Fatkhah Medita Trisma Septianuri Mahmmudah Dewi Ednawati, Agustini Kadarwati, Muhammad Fikri Hidayati, "Penerapan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan REBT Untuk Mengatasi Kecemasan Siswa Menghadapi Ujian," *Empati-Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 10 (2023): 46–56.

²⁰ Erni Puji Rahayu, "Layanan Konseling Kelompok Dalam Mengurangi Kecemasan Siswa Menghadapi Ujian Tengah Semester Di MTS Roudhatul Huda Dwi Karya Mustika Kabupaten Mesuji" (UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG, 2023).

²¹ Muhamad Okta Hardiyanto, "Peran Guru Bimbingan Konseling Islam Dalam Menanggulangi Perilaku Menyimpang Pada Siswa Di SMK Negeri 1 Kutasari" (UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOKETO, 2020).

Islam. Sementara perbedaannya yaitu pada perilaku menyimpang, sedangkan penulis memfokuskan pada mengurangi kecemasan siswa.

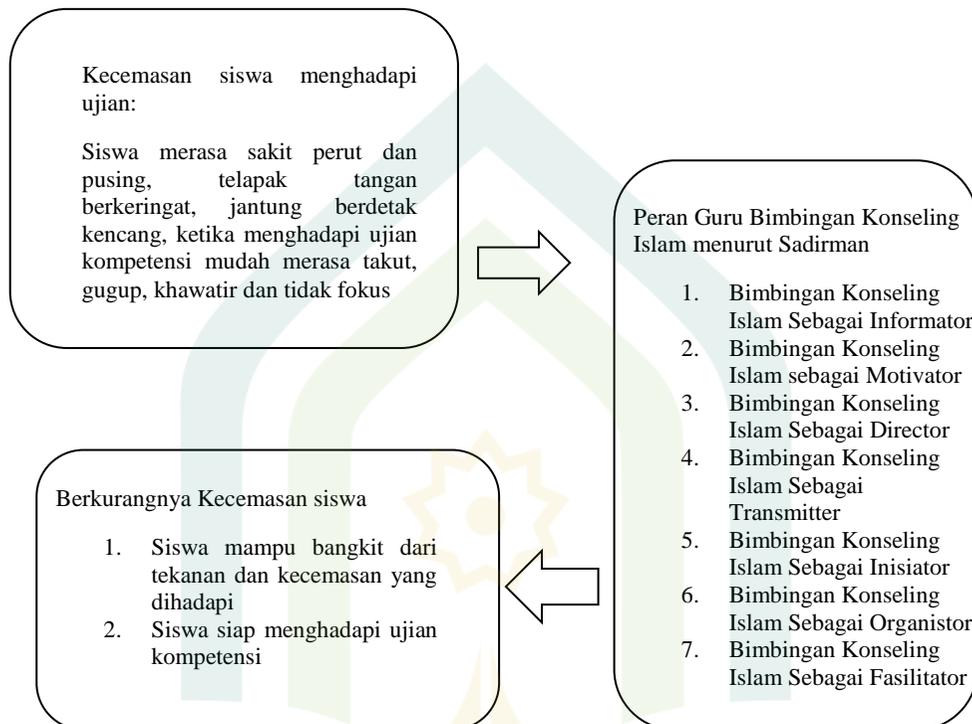
Penelitian yang dilakukan oleh Afida Nurhidayati tahun 2023, penelitian ini berjenis penelitian deskriptiv kualitatif. Menggunakan teknik observasi, wawancara dan dokumentasi. Perolehan penelitian memperlihatkan bahwa peran guru bimbingan konseling Islam berperan membantu siswa mengembangkan potensinya, guru bimbingan konseling Islam juga berperan dengan cara preventif yaitu membantu mengatasi masalah yang dihadapi peserta.²² Persamaan penelitian dengan penulis lakukan adalah mengenai peran guru bimbingan konseling Islam. Sementara perbedaannya yaitu pada kenakalan siswa, sedangkan penulis memfokuskan pada mengurangi kecemasan siswa.

3. Kerangka Berfikir

Dalam upaya mengurangi kecemasan siswa maka diperlukannya peran bimbingan konseling Islam. Guru bimbingan konseling Islam mempunyai tanggung jawab, tugas dan wewenang dalam kegiatan layanan bimbingan konseling. Layanan tersebut merupakan kegiatan membantu siswa dalam upaya menemukan dirinya terhadap penyesuaian lingkungan. Peran guru bimbingan konseling Islam untuk mengurangi kecemasan yang dialami oleh siswa dalam menghadapi ujian kompetensi. Penggunaan bimbingan dan konseling ini dikarenakan pada perilaku kecemasan siswa merasa bahwa keadaan membuatnya tertekan secara fisik maupun psikologis. Kecemasan yang dialami siswa karena mereka khawatir dengan nilai yang di dapatkan adanya harapan dan ekspektasi dalam dirinya mereka takut akan kegagalan dalam ujian kompetensi. Sehingga dapat menemukan solusi dari

²² Afida Nurhidayati, "Peran Guru Bimbingan Konseling Islam Dalam Menaggualangi Kenakalan Siswa Di SMA Muhammadiyah 1 Purwokerto" (UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOKERTO, 2023).

permasalahan yang dihadapi oleh siswa SMK Muhammadiyah KAJEN. Dengan bertujuan agar siswa berfikir lebih sehat dan bertindak lebih efisien dengan mengubah keyakinan dan cara pandangya terhadap realitas dengan begitu dapat mengurangi kecemasan yang dialami oleh siswa.



Bagan 1.1 kerangka Berfikir

F. Metode Penelitian

1. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Pendekatan penelitian yang dipergunakan ialah pendekatan psikologi yang bertujuan supaya mendeskripsikan mengenai keanekaragaman peristiwa manusia dengan

mengamati kondisi kejiwaan manusia.²³ Yakni penelitian yang dilaksanakan langsung pada objek yang dikaji, bertujuan supaya memperoleh data mengenai masalah yang dikaji.

Penelitian ini berjenis penelitian lapangan. Yakni penelitian yang objeknya ialah peristiwa yang terjadi di lapangan secara langsung untuk menggali serta meneliti data.²⁴ Peneliti menggambarkan serta memaparkan secara jelas mengenai situasi yang terjadi, sehingga metode penelitian mempergunakan penelitian kualitatif yakni penelitian yang orientasinya terhadap peristiwa maupun gejala yang sifatnya alamiah dan bukan mempergunakan angka.²⁵ Sebuah metode dengan data deskriptif berbentuk kalimat tertulis.²⁶ Jenis penelitian kualitatif yang dipakai ialah penelitian studi kasus. Dikarenakan penelitian ini mempergunakan kualitatif dan termasuk dalam penelitian studi kasus maka perolehannya bersifat analisis deskriptif yang berbentuk kalimat tertulis maupun lisan.

2. Sumber Data

a. Sumber Data Primer

Data yang diperoleh langsung dari narasumber pertama yang berupa teks hasil wawancara.²⁷ Hasil dari penelitian di lapangan, yaitu dari pihak yang terlibat dalam penelitian, yakni guru bimbingan konseling Islam SMK Muhammadiyah Kajen dan 5 siswa kelas 12 jurusan Teknik Komputer dan Jaringan SMK Muhammadiyah Kajen.

²³ Juliana Putri Pasaribu Khairul, Siti Kholidah Marbun, Helfinasyam Batubara, "Metode Pendekatan Psikologis Dalam Studi Islam," *Al Mahyra* 02 (2021): 20–30.

²⁴ Suharsimi Arikunto, *Posedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek* (Jakarta: Rineka Cipta, 2013). Hlm. 121

²⁵ Zuchri Abdussamad, *Metode Penelitian Kulaitatif* (Makassar: CV Syakir Media Press, 2022). Hlm. 30

²⁶ Tohirin, *Metode Penelitian Kualitatif Dalam Bidang Pendidikan Dan Bimbingan Konseling* (Jakarta: Rajawali Press, 2013). Hlm. 2

²⁷ Husein Umar, *Metode Penelitian Untuk Skripsi Dan Tesis* (Jakarta: Rajawali, 2013). Hlm. 42

b. Sumber Data Sekunder

Yakni data yang didapatkan tidak secara langsung melainkan dengan perantara.²⁸ Peneliti mendapatkan sejumlah data dari kepustakaan dan penelitian-penelitian yang relevan seperti teks, gambar, buku, jurnal dan artikel.

3. Teknik Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan 3 teknik untuk pengumpulan data yaitu:

a. Observasi

Observasi merupakan metode yang dipergunakan untuk mengumpulkan data melalui pengamatan dan pencatatan terhadap tempat, kegiatan waktu maupun perilaku objek yang menjadi sasaran dan dilaksanakan secara langsung pada objek penelitian. Yang berarti observasi merupakan pengumpulan data langsung dari lapangan.²⁹

Observasi yang dilaksanakan pada penelitian ini yakni melalui pengamatan peran bimbingan konseling Islam dalam mengurangi kecemasan siswa dalam menghadapi ujian kompetensi di SMK Muhammadiyah Kajen.

b. Wawancara

Wawancara ialah metode yang dipergunakan untuk memperoleh data melalui pemberian pertanyaan secara langsung kepada para responden yang kemudian jawaban dari responden direkam atau dicatat supaya mengetahui masalah yang akan diteliti.³⁰

Wawancara dilaksanakan dengan memberikan pertanyaan kepada siswa kelas 12. Pertanyaan yang

²⁸ Nur Indriantoro dan Bambang Suparno, *Metodologi Penelitian Bisnis Untuk Akuntansi Dan Manajemen* (Yogyakarta: BPFE, 2013). Hlm. 143

²⁹ Mamik, *Metodologi Kualitatif* (Sidoarjo: Zifatama Publisher, 2015). Hlm. 104

³⁰ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D)* (Bandung: Alfabeta, 2016). Hlm. 317

disiapkan berkaitan dengan peran guru bimbingan konseling Islam untuk mengurangi kecemasan siswa dalam menghadapi ujian kompetensi di SMK Muhammadiyah Kajen. Yang kemudian akan dipergunakan peneliti untuk memahami serta memperoleh data

c. Dokumentasi

Ketika peneliti mewawancarai informan, mereka menggunakan dokumentasi untuk memperoleh data langsung dari lokasi penelitian, seperti buku-buku yang relevan, laporan kegiatan yang berhubungan dengan informan penelitian dalam bentuk gambar, data, atau bukti wawancara.³¹

Dokumentasi digunakan untuk memperoleh data secara langsung dari tempat penelitian. Yaitu untuk melengkapi data dari hasil observasi dan wawancara. Agar memperjelas dari mana informasi diperoleh, peneliti mengabadikan dalam bentuk foto.

4. Teknik Analisis Data

Analisis data ialah pengorganisasian data pada beberapa kategori, yang nantinya akan dijabarkan pada unit-unit, melakukan sintesa, menyusunnya berbentuk pola, kemudian menentukan data yang diperlukan dan yang akan dipelajari, serta menyimpulkan supaya bisa memahami secara mudah oleh diri sendiri atau orang lain melalui proses mencari dan menyusun data dengan sistematis data yang diperoleh dari perolehan observasi, wawancara, dan dokumentasi³²

a. Reduksi Data (*data reduction*)

Reduksi data artinya merangkum data dipilih mana yang penting, pengabstrakan, dan menentukan hal-hal pokok yang muncul dari catatan lapangan. Sehingga data

³¹ Sudaryono, *Metode Penelitian Pendidikan* (Jakarta: Prenatamedia Group, 2016). Hlm. 90

³² Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D)*. Hlm. 247-252

yang sudah direduksi bisa memberi ilustrasi secara lebih jelas serta memudahkan untuk mengumpulkan data berikutnya. Data yang dianggap relevan dan penting yakni mengenai peran guru bimbingan konseling Islam untuk mengurangi kecemasan siswa dalam menghadapi ujian kompetensi di SMK Muhammadiyah Kajen.

b. Penyajian Data (*data display*)

Penyajian data dilaksanakan dengan penjelasan singkat, bagan maupaun hubungan antar kategori dan sebagainya. Melalui penyajian data mempermudah peneliti dalam memahami apa yang terjadi. Dalam tahap ini penulis akan menjelaskan dengan sistematis mengenai pelaksanaan layanan bimbingan konseling Islam dalam meminimalisir kecemasan siswa dalam menghadapi ujian kompetensi di SMK Muhammadiyah Kajen.

c. Penarikan Simpulan dan Verifikasi

Kesimpulan awal yang disampaikan akan mengalami perubahan apabila terdapat bukti yang kuat serta mendukung tahapan selanjutnya, karena kesimpulan awal merupakan kesimpulan yang masih bersifat sementara. Adapun ketika kesimpulan awal yang disampaikan disertai dengan bukti saat kembali ke lapangan untuk mengumpulkan data, maka kesimpulan tersebut dapat dinyatakan kredibel.³³ Kesimpulan tersebut kemudian digunakan sebagai hasil dari penelitian yang berkaitan dengan peran bimbingan konseling Islam untuk mengurangi kecemasan siswa dalam menghadapi ujian kompetensi di SMK Muhammadiyah Kajen.

³³ Hardani, *Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif* (Yogyakarta: CV Pustaka Ilmu Group, 2020). Hlm. 163-172

G. Sistematika Penulisan

Untuk memperoleh pembahasan yang sistematis dan konsesten tentang pembahasan judul di atas, maka penulis membagi sistematika penulisannya dengan 5 pokok pembahasan sebagai berikut:

Bab I Pendahuluan Bab ini berisi tentang Latar Belakang Masalah, Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Manfaat Penelitian, Tinjauan Pustaka, Metode Penelitian dan Sistematika Penelitian

Bab II Teori Peran Guru Bimbingan Konseling Islam untuk Mengurangi Kecemasan Siswa. Dimana menguraikan tentang sub bab pertama berisi pengertian kecemasan, gejala kecemasan, ciri-ciri kecemasan, dan jenis-jenis kecemasan. Sub bab kedua berisi pengertian peran bimbingan dan konseling Islam, tujuan bimbingan konseling Islam, fungsi bimbingan konseling Islam, dan layanan bimbingan konseling.

Bab III Peran Guru Bimbingan Konseling Islam untuk Mengurangi Kecemasan Siswa dalam Menghadapi Ujian Kompetensi di SMK Muhammadiyah Kaje. Pada bab ini terdiri dari tiga sub bab: sub bab pertama berisi Gambaran Umum SMK Muhammadiyah Kaje. Sub bab kedua kondisi Kecemasan Siswa dalam Menghadapi Ujian Komepetensi di SMK Muhammadiyah Kaje. Sub bab ketiga berisi tentang Peran Guru Bimbingan Konseling Islam Untuk Mengurangi Kecemasan Siswa dalam Menghadapi Ujian Kompetensi di SMK Muhammadiyah Kaje.

Bab IV Analisis Peran Guru Bimbingan Konseling Islami untuk Mengurangi Kecemasan Siswa dalam Menghadapi Ujian Kompetensi di SMK Muhammadiyah Kaje. Pada bab ini berisi dua sub bab: sub bab pertama analisis Kondisi Kecemasan Siswa dalam Menghadapi Ujian Kompetensi di SMK Muhammadiyah Kaje. Dan sub bab kedua berisi analisis Peran Bimbingan Konseling Islami untuk Mengurangi Kecemasan Siswa dalam Menghadapi Ujian Komepetensi di SMK Muhammadiyah Kaje.

Bab V berisi penutup yang meliputi simpulan dan saran.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Setelah melakukan penelitian lapangan dan menganalisis data yang diperoleh dalam rangka pembahasan skripsi yang berjudul “Peran Guru Bimbingan Konseling Islam untuk Mengurangi Kecemasan Siswa dalam Menghadapi Ujian Kompetensi di SMK Muhammadiyah Kajen”. Dari hasil penelitian yang dilakukan sesuai dengan rumusan masalah yang telah dibuat sebelumnya maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Kondisi kecemasan siswa dalam menghadapi ujian kompetensi

Dari hasil observasi dan wawancara kepada siswa dan guru, dari beberapa gejala yang muncul terdapat siswa yang cemas ketika menghadapi ujian kompetensi. Siswa sering merasa telapak tangan berkeringat, pusing dan sakit perut, jantung berdetak kencang, takut, gugup, gelisah dan khawatir. Setelah diberikan layanan bimbingan dan konseling siswa menjadi lebih tenang dan mampu mengubah kecemasan itu menjadi pribadi yang lebih baik.

2. Peran guru bimbingan dan konseling Islam untuk mengurangi kecemasan dalam menghadapi ujian kompetensi

Peran guru bimbingan konseling dalam mengurangi kecemasan dengan layanan bimbingan kelompok, individu, dan klasikal. Peran bimbingan konseling sudah mampu mengurangi kecemasan siswa dalam menghadapi ujian kompetensi. Hal tersebut sesuai dengan pernyataan siswa dalam proses wawancara bahwa setelah mendapat layanan bimbingan konseling mampu mengurangi kecemasan siswa dalam menghadapi ujian kompetensi. Peran guru bimbingan konseling islam untuk mengurangi kecemasan siswa dalam menghadapi ujian kompetensi yaitu sebagai, informator, motivator, director, transmitter, inisiator, organistor dan fasilitator.

B. Saran

Dari hasil penelitian, pembahasan dan kesimpulan yang sudah dijabarkan sebelumnya, sehingga saran-saran peneliti meliputi:

1. Bagi kepala sekolah diharapkan memberi dukungan yang tinggi kepada guru bimbingan konseling dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling untuk mengurangi kecemasan siswa dalam menghadapi ujian kompetensi di SMK Muhammadiyah Kajen dan membantu meningkatkan kerjasama antara guru bimbingan konseling dengan pihak sekolah
2. Bagi guru bimbingan konseling untuk selalu memberikan motivasi dengan efektif dan efisien agar pencapaian dan menghasilkan hasil yang maksimal agar siswa merasa lebih tenang ketika menghadapi ujian kompetensi.
3. Bagi peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian topik yang sama, bisa menggunakan metode yang lain untuk membantu mengurangi kecemasan siswa menghadapi ujian kompetensi.



DAFTAR PUSTAKA

- Abdulsyani. *Sosiologi Skematika, Teori, Dan Terapan*. Jakarta: PT Bumi Aksara, 2015.
- Afida Nurhidayati. "Peran Guru Bimbingan Konseling Islam Dalam Menaggualangi Kenakalan Siswa Di SMA Muhammadiyah 1 Purwokerto." UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOKERTO, 2023.
- Annisa, Dona Fitri, and Ifdil Ifdil. "Konsep Kecemasan (Anxiety) Pada Lanjut Usia (Lansia)." *Konselor* 5, no. 2 (2016): 93.
- Annisa Rambe dan Ahmad Syarqawi. "Efektivitas Layanan Konseling Individu Dengan Pendekatan Cognitive Behavioral Therapy Untuk Mengurangi Kecemasan Berkomunikasi Siswa Sma Negeri 4 Tebing Tinggi." *Biblio Couns : Jurnal Kajian Konseling Dan Pendidikan* 6, no. 2 (2023): 90–101.
- Aseta, Pandu Aseta, Undari Nurkalis, Anis Purwati, and Sri Hastuti. "Tingkat Kecemasan Peserta Didik Smk Keperawatan Menghadapi Ujian Sertifikasi Kompetensi." *Intan Husada : Jurnal Ilmiah Keperawatan* 11, no. 02 (2023): 173–81.
- Basri. "Bimbingan Konseling Dan Kesuksesan Belajar." *Tarbawiyah: Jurnal Ilmiah Pendidikan* 11, no. 01 (2017): 34–52.
- Bastomi, Hasan. "Menuju Bimbingan Konseling Islami." *KONSELING EDUKASI "Journal of Guidance and Counseling"* 1, no. 1 (2017).
- Diana Syahirah, Indah Permatasari. *Terapi Bermain Origami Untuk Mengatasi Kecemasan Akibat Hospitalisasi Pada Anak Prasekolah*. Semarang: CV Mitra Cendekia Media, 2023.
- Erni Puji Rahayu. "Layanan Konseling Kelompok Dalam Mengurangi Kecemasan Siswa Menghadapi Ujian Tengah Semester Di MTS Roudhatul Huda Dwi Karya Mustika Kabupaten Mesuji." UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG, 2023.
- Fiah, Rifda El. "Peran Konselor Dalam Pendidikan Karakter." *KONSELI : Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)* 1, no. 1 (2018): 35–46.

- Gerald Corey. *Teori Dan Praktik Konseling & Psikoterapi*. Bandung: Refika Aditama, 2013.
- Ghufron dan Rismawati. *Teori-Teori Psikologi*. jogjakarta: Ar-ruzz Media, 2012.
- Hardani. *Metode Penilitin Kualitatif & Kuantitatif*. Yogyakarta: CV Pustaka Ilmu Group, 2020.
- Hardiyanto, Muhamad Okta. "Peran Guru Bimbingan Konseling Islam Dalam Menanggulangi Perilaku Menyimpang Pada Siswa Di SMK Negeri 1 Kutasari." UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOKETO, 2020.
- Husein Umar. *Metode Penelitian Untuk Skripsi Dan Tesis*. Jakarta: Rajawali, 2013.
- Khairuddin. *Peranan Bimbingan Dan Konseling Islam Dalam Lingkup Pendidikan. Jurnal Pendidikan Tambusai*. Vol. 6, 2022.
- Khairul, Siti Kholidah Marbun, Helfinasyam Batubara, Juliana Putri Pasaribu. "Metode Pendekatan Psikologis Dalam Studi Islam." *Al Mahyra* 02 (2021): 20–30.
- Lumongga, Namora. *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori Dan Praktek*. Jakarta: kencana, 2014.
- Mahmmudah Dewi Ednawati, Agustini Kadarwati, Muhammad Fikri Hidayati, Fatkhah Medita Trisma Septianuri. "Penerapan Konseling Kelompok Demgan Pendekatan REBT U Tuk Mengatasi Kecemasan Siswa Menghadapi Ujian." *Empati- Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 10 (2023): 46–56.
- Mamik. *Metodologi Kualitatif*. Sidoarjo: Zifatama Publisher, 2015.
- Mardiana, Nina. "Peranan Guru Bimbingan Dan Konseling Dalam Upaya Mengurangi Tingkat Kecemasan Siswa Menghadapi Ujian Nasional." *Sosio E-Kons* 9, no. 2 (2017): 139.
- Mawaddah Warohman. *Kemampuan Pemecahan Masalah Statistika Dengan Pendekatan Humanistik Dan Kecemasan Belajar*. Edited by M. Hidayati dan Miskadi. NTB: Pusat pengembangan Pendidikan dan Penelitian Indonesia, 2022.
- Mukholil. "KECEMASAN DALAM PROSES BELAJAR Mukholil

- *)” *Kecemasan Dalam Proses Belajar* 8 (2018): 1–8.
- Nur Indriantoro dan Bambang Suparno. *Metodologi Penelitian Bisnis Untuk Akuntansi Dan Manajemen*. Yogyakarta: BPFE, 2013.
- Rizqiyah, Mumtazah. “Peranan Guru Bk Dalam Membantu Penyesuaian Diri Siswa Baru Di Smp It Abu Bakar Yogyakarta.” *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam* 14, no. 2 (2018): 1–14. <https://doi.org/10.14421/hisbah.2017.142-01>.
- Rocman, Kholil Lur. *Kesehatan Mental*. Purwokerto: Fajar Media Press, 2010.
- Rudiansyah. “Upaya Guru Dalam Mengatasi Kecemasan Siswa Dalam Menghadapi Tes (Pencapaian Hasil Belajar) Siswa Di SMP Negeri 3 Banda Aceh.” *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Kewarganegaraan Unsyiah* 1, no. 4 (2016): 96–109.
- Sadirman. *Interaksi Dan Motivasi Mengajar*. Jakarta: Grafindo Persada, 2011.
- Sahrul Tanjung. *Bimbingan Konseling Islami Di Pesantren*. Medan: Umsu Press, 2021.
- Saputra, Paulus Roy. “Kecemasan Matematika Dan Cara Mengurangnya.” *Pythagoras* 3, no. 2 (2014): 75–84.
- Soekanto, Soerjono & Budi Sulistyowati. *Sosiologi Suatu Pengantar*. Jakarta: PT Grafindo Persada, 2014.
- Suardana, Anak Agung Putu Chintya Putri, and Nicholas Simarmata. “Hubungan Antara Motivasi Belajar Dan Kecemasan Pada Siswa Kelas Vi Sekolah Dasar Di Denpasar Menjelang Ujian Nasional.” *Jurnal Psikologi Udayana* 1, no. 1 (2013).
- Sudaryono. *Metode Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Prenatamedia Group, 2016.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D)*. Bandung: Alfabeta, 2016.
- Suharsimi Arikunto. *Posedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta, 2013.
- Tarmizi. *Bimbingan Konseling Islami*. Medan: Perdana Publishing,

2018.

Tohirin. *Metode Penelitian Kualitatif Dalam Bidang Pendidikan Dan Bimbingan Konseling*. Jakarta: Rajawali Press, 2013.

———. *Metode Penelitian Kualitatif Dalam Pendidikan Dan Bimbingan Konseling*. Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2013.

Torang, Syamsir. *Organisasi & Manajemen (Perilaku, Struktur, Budaya & Perubahan Organisasi)*. Bandung: Alfabeta, 2014.

W. S. Winkel & Sri Hastuti. *Bimbingan Dan Konseling Di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi, 2012.

Wicaksono, Arief Budi, and M Saufi. “Mengelola Kecemasan Siswa Dalam Pembelajaran Matematika.” *Prosiding*, no. November (2013): 90–94.

Yuliani, Feri Catur. “Tingkat Kecemasan Siswa Kelas XII Dalam Menghadapi Ujian Nasional Di Smkn 3 Kota Magelang,” no. July (2020): 1–23.

Zuchri Abdussamad. *Metode Penelitian Kualitatif*. Makassar: CV Syakir Media Press, 2022.



DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Identitas Pribadi

Nama Lengkap : Minkhatuduroh
Tempat Tanggal Lahir : Pekalongan, 9 Februari 2024
Alamat : Desa Wangandowo RT 02 RW
01 Kecamatan Bojong
Kabupaten Pekalongan
Email : minkhatuduroh12@gmail.com

Riwayat Pendidikan

SD Negeri 01 Wangandowo : Lulus Tahun 2014
SMP Negeri 1 Bojong : Lulus Tahun 2017
SMA Negeri 1 Bojong : Lulus Tahun 2020
UIN K.H abdurrahman Wahid : Masuk Tahun 2020

Data Orang Tua

Ayah Kandung

Nama Lengkap : Sobirin
Pekerjaan : Petani
Alamat : Desa Wangandowo RT 02 RW
01 Kecamatan Bojong Kabupaten
Pekalongan

Ibu Kandung

Nama Lengkap : Sunaroh
Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga
Alamat : Desa Wangandowo RT 02 RW
01 Kecamatan Bojong Kabupaten
Pekalongan

Pekalongan 4 Mei 2024
Yang menyatakan,

Penulis